
 اهتمام بعدة قضايا في الوقت نفسه يضع منك سبيل التركيز ويصبغ عليك انجاز الاعمال والمهام الملقاة على كاهلك .. كن مثقالا .. وضاعف جهودك .. وفارق مع انسان تحبه .

# شاعری

وہنا! لونِ آخر من التجاعيد هو  
 نتيجة لانفصالك ففكك ورمساك  
 سرورك وزحك ، واطمئنتك وفلكك  
 هل عندك الانفصالات لها ثمرها على وجهك  
 كذلك حسب موجاتها ، انبساط او  
 ولا شك ان كل ذلك سيمر  
 بمرارة من التجاعيد على بشرتك .

للإشارة الى الكتب اصححت تصديري

ويعترف الطبيب الجراح . انه  
لا يستطيع احصاء عدد الحالات التي  
اودى فيها بجياة اصحابها ولكن  
عمليات الرحمة هذه افضل بكثير من  
الواقف التي تستغرق فيها شهادات  
الوفاة بالمشاورات بعد اجراء العديد  
من العمليات الفاشلة في الجديرة  
.. وهو يعترف بأنه يقر القانون  
الوهمي والاخلاقي مما .. ولكنه  
يقترح قانونا انسانيا اعلى وادفع هو  
قانون الرحمة .

اذا تصنعه  
اطفالنا

وأيضاً يوجب أن يتركب من سائر  
الظواهر وهو يلزم في فترة عمر بين  
سنة وستين إلى مقدار ما تحافظ به  
في حياته من الإحاطة فقط وتجميعه  
وتفكيره وقد بينا أن الظاهر أن تعليمه  
أما هو أبوه ويثبت أن تحقق له ذلك  
على أن تتوافر هذه الفرصة لتوجيهه  
لنفس أنواع اللعب التي تفيد تطورها  
دون أن يشعر أنها مفروضة عليه ..  
أما أنه يوجب أن تبدأ في البيت عن  
اصداق الصغار حينما يبلغ الستين  
من عمره ويوجب أن يميلاته في السن  
ويوجب أن يختار له الإصدقاء الذين لا  
يعلمونه أشياء لهم مستحبة من بعض  
الاناث الميالة حيث تكون شهوة الطفل  
متفتحة في هذه السن لاستيعاب الطفل

صنعة وزهو خاص هو من مميزات العمر .. والامر في هذه الاحوال وقتل على حكمة الامر وعلى الطريقة التي يجب ان يسلكوها في مساعدة الهامق لاجتناب الخطأ، التي يتعلم صلاحها ولا بد ان يستعد الابوان جابة على السؤال المتعلق بختيار صفة .. ومن الافضل في هذه الرحلة يقوم بكشف مواهب وما الىها من صفات والاكتنايات الى احد فروع علم او الحرف اليدوية .. ومساعدة بناء على تطوير هذه المول .. حيث ما يبدك الامر من العافية في هذا المجال يهيء عندالهامق مزاجا نفسيا

وما تعلم من الحياة وما قويت عقلاته

والرفقة - تتبر في أغلب الاحايين  
 انما بين ادم وحواء . فالرفقة الموقفة  
 صفة - لا ترغب في اوضاع ابنها او  
 بجدها من ليها والترب يجبى ذلك  
 صفة نظرها انها تتقبل عن منزلها  
 ما لذلك فهي ترغب في تعويد وليها  
 الرفقة. فضلا عن ان الرفقة  
 صف من جهال صدور الامة

[illegible][illegible]

يتوفير الطعام لانها تشتغل ذاك. الطفل  
وتنبيه وتزويده من ادراكه وتقاضه من  
ثروته اللغوية ولبية الكميات الخشبية  
تعتبر من اهم اللعب التي تمنى الشبان  
الابداعي عن الطفل وتوسع خياله ..  
فهو من الكميات ويصنع حصانا ويصنع  
سيارة ويصنع بيتا .. ولبية الكميات  
الخشبية تناسب الطفل من سن المليون  
الى سن السادسة .. فابن المليون ستهبر  
الابن الفلانة الفلانة وسيحاول فقط ان  
يصنع منها جوعيات جميلة من الاوان  
اما ابن الثالثة فسيصنع منها بابايتا  
بسيفك وابن السادسة سيمصن منها  
سكك حديدية مقننة وفي الحديقة يصنع  
الاطفال بالاقفاص والحقائص والكبي  
الكبيرة والدلو والجافور والاسوان  
والصخور والزمل والعيال والمصائد  
والصلصال .. اذا انها تنجح للطفل  
ممارسة اعمال اللعب التركيب وتكوين  
اشياء جديدة ..

واللعب التي لا تناسب الاطفال

انني ارى في لوبات  
احد المساويء الخطيرة  
تتعلق .. والتي

بإدارة فاطمة، إن كثرة تعاطي  
البنية، وخاصة الادوية التي  
الإنجاب عادة روشيته، لها  
تأثيرات خطيرة على صحتها  
لست استقبل ..

كل ذلك لانه في الواقع  
رفع مقابلها .. او بنصر  
.. يستطيع ان يحصل  
، بأي كمية ، مقابل دفعة

كان الامر مجرد صفقة او  
الشاطر فيها يحصل  
اكثر مما استمر ..  
ان الامر ، كما ذكرت ،  
الخطوة اكثر بكثير  
نظن .. وهو ليس مجرد  
بل انه «استكساب» كما

بل غيرتم الآن واياكم في  
ات حوليم !!  
بل غيروا ما في  
ايها والى الاهداف  
التي اقيمت من اجلها

مع تضيائيكم بالصحة  
 .. مع الاستغناء عن  
 .. وعلم التفكير بما  
 .. شهريا لصندوق المرضى!  
 .. والى لقاء ..

خدا

تصرف البان الامهات  
لعلو المتزوجات  
تصرف الامهات

لؤل تقررو اعده خبرا، وزارة الصحة  
لاية في اليابان عن عدد الاطفال  
يعيشون على الرضاعة يتناقص  
مرار ، وذلك بعد ان انطلقت حواء  
من العمل ، وتركت وليدها  
مع ان لبن الام يوفر للطفل  
البدنية والتوازن العقلي للرضيع

من نوع جديد اسمه مصرف  
الإمهاء كسمية عادة- الرضاعة  
الملت ترجع إلى الورد، وتتلخص  
تتم المدينة الحديث حيث يتزايد  
مراد عدد النساء العاملات. وأكدت  
سنة على أهمية استعادة الرضاعة  
ها الصحيح في تربية الأطفال .  
يتحول مصرف حليب الإمهاء إلى

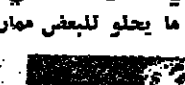
صحة تربية !  
 يحس الدكتور دوبرت هولمزي ،  
 طبيب تجميل معروف في الولايات  
 المتحدة الأمريكية ، بعدم استخدام  
 قوالب لترص شعرات سابقك ، لا لذلك  
 بل لربما على بشرة الساق ونوعيتها  
 لذلك إذا كان على السلي على الصلصة  
 للجسم قد لا يظهر إلا بعد حين  
 أوام خيشة أو غير خيشة  
 لأن الشفرة قد تكون غير ناعمة ،

# جکائن

الحب في السيارة هاجي مخاطرة  
كثيرا ما يحلو لبعض ممارسي الحب

.. بالامكان ذلك !  
هذا ما تقوله المجوز الارتنيسيس  
كوما فالتشتاين ، التي اعتادت زوار  
الاصناف الصغيرة في الشوارع ، الدافئ  
لتصيدها حين تكبر وتتمو . وتصب  
صالحة للحب ..

انها طريقة قديمة عرفت في المص  
واليابان قبل الاف السنين . لكن  
السيدة كوما اكتشفتها بنفسها و  
تعلمها لاحد من الارلنديين ، خش  
النافسة -



السباحات في تزايد : تقول احصائية لوزارة العمل البريطانية ان عدد العاملات اللواتي يقضن ثمانية عطلاتهن الصيفيه في السواحل، الدائقة في تزايد مستمر . بينما يزداد في المقابل . عدد العاملات اللاتي يقضون اللذات في الارياف عطلاتهم الصيفيه . وتتساءل هذه الاحصائية عن سبب تعلق المرأة بالبحر . هل هو رومانس ام جنس ؟ بمعنى هل تنصب المرأة الى البحر لتتبع بشخصه وهواها . ام لمرور طاعما على

شدى الوجنت باده من دكن الانف  
 سامعة الى الصلغين -  
 شدى العاجين باده من اساس  
 الانف -  
 شدى الجين في جميع الاتجاها -  
 شدى اصصي الانهام على الصلغين -  
 شويكوما حركة دائرية -  
 جمبي شموك في خللات تجيرة -  
 وشديها -  
 ملكي جنك بك برق - ان هذا العلاج  
 لو ان يستقر اكثر من عشر دقائق -  
 عناية دوية -  
 وكل هذا ان يعيك - يا سيدتي -  
 من عناية يومية تقويم بها في سبين  
 يشرك -  
 فهناك كثير من السيدات لا يعرفن  
 الطريقة التي يقمن بها المتاجيك واد  
 الطريقة التي يزال بها ، وكثيرا تلازم  
 لا يعرفن ماذا يقمن بالليل لئلا تزعج

**طبخ**  
سمك بالجبين

١٢ بطاقة كبيرة مستديرة .  
كوب ماء - عصر ليمون - ملح  
- فلفل -  
٤ ملعقة اكل جبن مبروش ٢ كوب  
صلصلة بيضاء نخبنة ٢ - باقة كرفس  
الطريقة :  
يقطع السمك الى شرائح رفيعة وتبتل  
بالمالح والفلفل والليمون وتلف كل  
قطعة وتثبت بشوكة صغيرة .  
يوضع السمك في صينية مدهونة وتغلى  
لثلاث ساعات في فرن متوسط الحرارة  
- ٣٠ دقيقة .  
تفصل البطاطا ثم تسوى في الفرن في  
نفس الحلة .  
تطبخ البطاطا المشوية وتزق قسم  
كبير منها .  
تحتس البطاطا بالصلصة البيضاء،  
والجبن المبروش ببطاطا متداولة .  
تصف البطاطا المشوية في صحنين  
ويوضع على كل واحدة قطعة من السمك

**قالوا في امرأة**

● حياة المرأة : تحلم بالحب  
.. وتحب .. ثم تحب ..  
\* \* \*

حب الرجل : سطر  
 حب المرأة : صفحات !  
 x x x  
 حلوة المرأة : سم  
 لامرأة اخرى !  
 x x x  
 حواء هي التفاحية -  
 وهي الافي ايضا  
 x x x  
 حقيقة تخفيا المرأة : انك  
 محتاج اليها .. وانها

صحة تربية !  
 يحس الدكتور دوبرت هولمزي ،  
 طبيب تجميل معروف في الولايات  
 المتحدة الأمريكية ، بعدم استخدام  
 قوالب لترص شعرات سابقك ، لا لذلك  
 بل لربما على بشرة الساق ونوعيتها  
 لذلك إذا كان على السلي على الصلصة  
 للجسم قد لا يظهر إلا بعد حين  
 أوام خيشة أو غير خيشة  
 لأن الشفرة قد تكون غير ناعمة ،











